取扱説明書

InnerScan（インナースキャン）
BC-252

本書に記載されているイラストはイメージ図です。

このたびは、体組成計をお買い上げいただき、
まことにありがとうございます。
毎日の健康管理にお役立てください。

お願い

誤った使い方をしますと重大な事故につながります。
この説明書をよくお読みいただき、正しく安全にご使用ください。また本書は必要なときにすぐに取り出せるよう、身近に大切に保管してください。

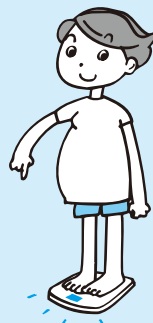
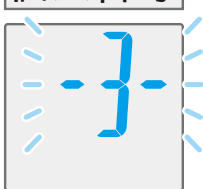
もくじ

乗るピタ機能（自動認識機能）で簡単高速測定

登録者の中から測定者を認識し、測定から結果表示までを自動で行う機能です。ご使用の前に個人データを設定しておくと、体重や体の電気抵抗値をもとに誰が測定しているかを認識します。クイックマニュアルも合わせてご覧ください。

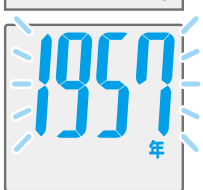
しゃがんだり、ボタンを押したりしなくていいから簡単です。

STEP 1
個人登録番号の選択

STEP 2
生年月日（年齢）設定

STEP 3
性別設定

性別：男性

STEP 4
身長設定

STEP 5
乗る
※素足でお乗りください。

必ず乗って
体重・体組成を
測定してください。

STEP 6
設定完了！

「シャララン」と
鳴ったら登録終了です

ご注意

乗るピタ機能は、以下のとき誤認識することがあります。

- 体重、体型が近い人が測定したとき
（☞ P.15）
- 数日間測定せず体重の変動があったとき
（☞ P.15）
- 立てかけたり、上にものを置いた状態で保管した場合や、設置場所から移動させて測定したとき
（☞ P.5）

安全上のご注意

本書では、お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただきたいことを次のように説明しています。本文をよくお読みいただき、安全に正しくお使いください。

警告	この表示の欄は「死亡または重傷を負う可能性のある」内容を示しています。
注意	この表示の欄は「傷害を負う可能性または物的損害が発生する可能性のある」内容を示しています。
	してはいけない「禁止」内容を示しています。
	「必ず守っていただく」内容を示しています。

⚠ 警 告

禁止

ペースメーカー等、体内機器装着者は絶対に使用しない

本機は、微弱な電流を体内に流しますので、医用電気機器の誤作動による重大な事故の原因になります。

測定結果は、決して自己判断しない（測定値の評価、それに基づく運動メニュー等）

自己判断による減量や運動療法は健康を害する原因になります。必ず資格を持った専門家の指示に従ってください。

本機の端に乗ったり、飛び乗ったり、跳びはねたりしない

転倒したり、すべって大けがをする可能性があります。

タイル面やぬれた床など、すべりやすい所では使わない

転倒したり、すべって大けがをする可能性があります。また、本機内部に水が侵入し故障の原因になります。

安全上のご注意（つづき）

⚠ 注意

禁止

表示部や操作部の上に乗らない
破損してけがをする可能性があります。

隙間や穴に指を入れない
けがをする可能性があります。

充電式の電池は使用しない
新しい電池と古い電池、種類の違う電池（アルカリ電池とマンガン電池）を同時に使用しない
液漏れや発熱、破裂の可能性があり、本機の故障、けがなどの原因になります。

乳幼児には、絶対に持ち運びさせない
落として、けがをする可能性があります。

業務用（病院等での測定）には、絶対に使用しない
業務用として病院等で使用するための機能を備えておりませんので、病院等では絶対に使用しないでください。

必ず守る

熱湯やベンジン、シンナー等は、使用しない
汚れたときは、水または家庭用中性洗剤を柔らかい布に浸し、固く絞って拭き、その後乾いた布で拭き取ってください。

分解や水洗いは絶対にしない
本機の損傷や故障の原因になります。

過度の衝撃や振動を与えない
本機の損傷や故障の原因になります。

以下の場所で本機を保管したり使用したりしない
本機の損傷や故障の原因になります。
- 直射日光の当たる場所や暖房器具の近く、または空調機の風が直接当たる所
- 温度変化の激しい場所
- 湿気の多い場所や水気のある所

体の不自由な方がご使用になるときは、1 人で測定しない
介護者が援助するか、手すりの利用をおすすめください。
（※手すり等を利用した場合、測定値は参考値として捉えてください。）

電池を入れるときは、極性（⊕、⊖）の方向を間違わない
液漏れなどで、床等を汚損する可能性があります。
（長期間ご使用にならない場合は、電池を本機から取り外してください。）

濡れた体で乗らない
体や足の水分をよく拭いてから測定してください。転倒してけがをする可能性があります。また、正確な測定ができません。

携帯電話や電子レンジなど電波を発する家電製品を本機の近くで使用しない
誤作動して正確に測定できない可能性があります。

正しいはかりかた

■測定場所

硬く、平らな安定した所でご使用ください。

直射日光の当たる場所や暖房機具の近く、または空調機の風が直接当たる所には置かない。

温度変化の激しい場所での使用は、避ける。

湿気の多い場所や水気のある所には、置かない。

コルク床やクッションフロアーなどの軟らかい床でご使用になると、精度の保証ができません。また凹みなどの跡が残る可能性があります。

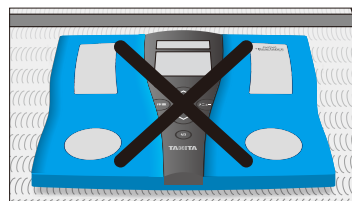
ご使用になる場所によっては、凹みなどの跡が残る可能性があります。

※ご使用前に目立たない場所（ご使用される場所の隅の方など）でご確認ください。

イメージ図

禁止

じゅうたんや、畳の上ではご使用できません

正しく測定できません

イメージ図

■設置

日々の健康管理を持続させるために、体組成計を収納せず、いつでも測定できるように置いておく事をオススメします。

乗るピタ機能での測定は、電源を入れなくても乗るだけで測定ができます。そのため、体組成計は保管状態でも、何も測定していないときの重さを定期的に確認し準備しています。

もし立てかけたり、上にものを置いた状態で保管した場合や、設置場所から移動させて測定する場合は、登録番号を指定して測定してください。**（☞ P.17）**

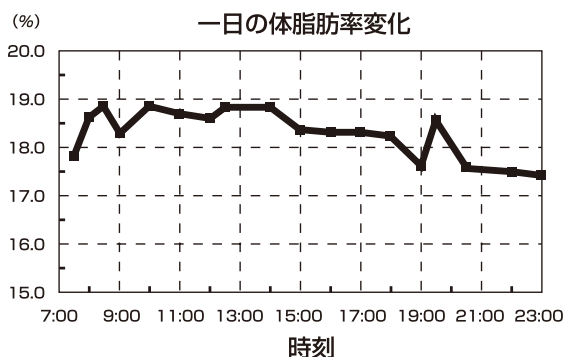
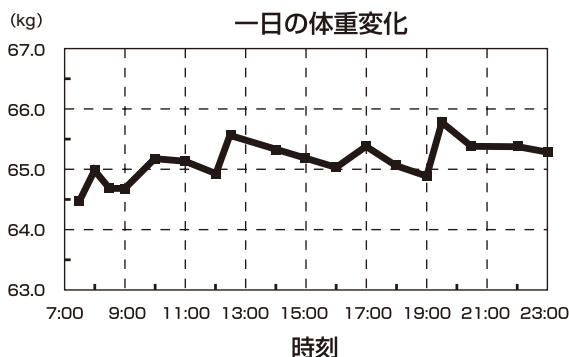
必ず守る

以下のような場所で保管しないでください。正常に機能しない場合があります。

- 直射日光の当たる場所や暖房器具の近く、または空調機の風が直接当たる所
- 湿気の多い場所や水気のある所
- 振動の激しい場所

正しいはかりかた（つづき）

■オススメ測定時間

生活パターンの違いにより体重やからだの電気抵抗が変動するため、測定値には個人ごとに違った変動があります。さらに、測定値は体内水分の変化や体温に大きく影響されるので、できるだけ同じ時間帯、同じ状態で測定し、細かい変化にとらわれず、長期的な変化傾向を見ることをおすすめします。

起床・朝食 → 2時間後 → **オススメ測定時間** → 昼食 → 2時間後 → **オススメ測定時間** → 夕食・入浴 → 2時間後 → **オススメ測定時間** → 就寝

必ず守る

過度の飲食、極度の脱水症状のときは、測定を避ける

測定値に誤差が生じる可能性があります。精度を高めるには、起床直後を避け、食後２時間以上経過した同じ時間帯でご使用ください。

サウナや長湯、激しい運動をした後は、測定を避ける

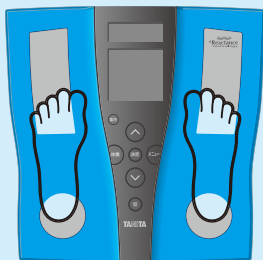
測定値に誤差を生じる可能性があります。充分休んでから、測定してください。

体調の悪い場合（二日酔い、下痢、発熱などのとき）は、測定を避ける

測定値に誤差を生じる可能性があります。充分休んでから、測定してください。

■測定姿勢

正確な測定のために、いつも正しい姿勢を心がけてください。

つま先側とかかと側の電極に足が均等にかかるように、素足で乗ってください。

イメージ図

※足がはみ出る場合は床に足がつかないように乗ってください。

必ず守る

なるべく裸に近い状態で測定する
着衣のままで測定すると、着衣の重さが含まれます。

足の裏を、電極部に正しく合わせて、測定する
電極と足の裏の接触不良の場合、体脂肪率が低く表示されたり、「Err」(エラー)が表示される場合があります。

素足になり、足の裏の汚れを落としてから測定する
靴下などを履いていたり、足の裏にほこりなどがついていると、正確に測定できません。

硬く平らな床の上に置いて測定する
じゅうたんや畳の上では正確に測定できません。

ヒザを曲げたり、座ったまま測定しない
正確に測定できません。

測定中は動かない
測定中に動くと、正確に測定できません。

足の内側（内もも）がつかないように測定する
内ももがついてしまう場合は、乾いたタオルなどをはさんで測定してください。

MEMO

測定結果について

以下に当てはまる方は、参考値として変化の推移をみられることをおすすめします。

- 体内に金属を装着されている方• 体水分の変化を誘発する薬（例：利尿剤など）を服用されている方
- 妊娠中や、人工透析患者、またはむくみ症状の方、アスリートの方

※ 本機は、日本人の一般男女および、小学生以上の子供を対象にしています。上記のような方は、体脂肪率の信頼性が低下する可能性があります。

- かかとの表面（角質層）が固い状態の方は、正常な測定ができません。足の裏をしめらせてから測定してください。

各部の名前／付属品

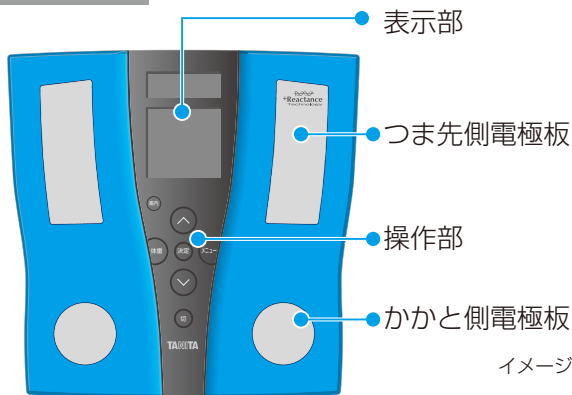
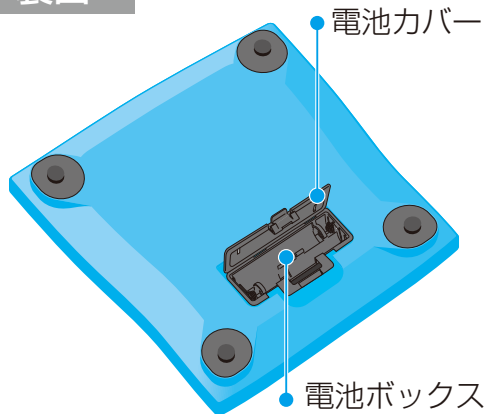
本書に記載されているイラスト、画面は操作説明のためのものです。したがって、実際の仕様と異なる場合があります。

表面

- 表示部
- つま先側電極板
- 操作部
- かかと側電極板

イメージ図

裏面

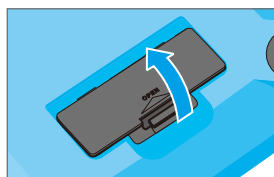
- 電池カバー
- 電池ボックス

付属品

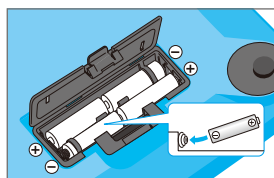
□取扱説明書（本書）
　保証書付き

□お試し用電池
　〈アルカリ単3乾電池（LR6）：4本〉

電池をセットする／音量を設定する

電池を入れると、自動で音声案内が開始されます。

1 本機裏面の電池カバーを矢印の方向に開けてください。

イメージ図

2 ⊕⊖を間違えないように電池を入れ、電池カバーを閉めます。

イメージ図

初めて電池を入れた場合は、音量設定の画面が自動的に表示されます。

> MEMO
> **(案内)ボタン**
> 音声をもう一度聞きたいときや操作のヒントが欲しいときに(案内)を押すと、音声案内が流れます。

音量を設定する

1 初めて電池を入れた直後は、自動的に音量設定画面が表示されます。

2 (∧)または(∨)で音量なし、▖～▖▗▐を選択し、(決定)を押します。

> MEMO
> **音量・地域・日時の設定途中で間違えた場合**
> (切)を押して、(メニュー)を押してください。
> 音量設定画面が表示されますので、最初から設定してください。

初めて電池を入れた場合は、自動的に地域の設定に続きます。

> MEMO
> **電池の交換**
> 電池が消耗してくるとLoが点灯します。速やかに新しい電池（4本全て）と交換してください。（精度の保証ができません）

> MEMO
> **電池の廃棄方法**
> 古い電池は、お住まいの市町村区の廃棄方法に従って処理してください。

> MEMO
> **電池の種類**
> ・アルカリ電池を推奨します。
> ・充電式の電池は使用しないでください。
> ・新しい電池と古い電池、種類の違う電池（アルカリ電池とマンガン電池）を同時に使用しないでください。

> MEMO
> 画面イラスト中の青表示は点滅を表します

> MEMO
> **電池の寿命**
> アルカリ電池の寿命は約1年です。（1日5回、音量:▖▐ではかった場合）付属の「お試し用電池」は工場出荷時に納められたものですので、寿命が短くなっている場合があります。

> MEMO
> **電池を外した場合**
> ・日時がリセットされます。再度設定してください。（☞P.10）
> ・登録した個人データ、前回の値、音量および地域は消えません。

> MEMO
> **音声ガイダンス**
> 設定、乗り降り、案内が必要な際に音声ガイダンスが流れます。

地域と日時を設定する

MEMO
表　示
本書に描かれている液晶表示はイメージです。

MEMO
案内ボタン
音声をもう一度聞きたいときや操作のヒントが欲しいときに押すと、音声案内が流れます。

MEMO
地　域
地域は下記から選びます。
- 北海道
- 東　北
- 関　東
- 中　部
- 近　畿
- 中　国
- 四　国
- 九　州
- 沖　縄

MEMO
西　暦
設定できる西暦は2012～2050年です。

MEMO
早送り
∨または∧を長押しすると、数字が早送りされます。

高精度のはかりは、使用地域により重力の影響を受け、誤差を生じることがあります。ご使用になる地域を設定することにより、この誤差を解消することができます。

地域の設定

1 音量設定の直後は、地域の設定画面が表示されます。

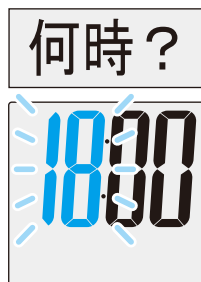
2 ∧または∨を押してお住まいの地域を選択し、決定を押します。

日時の設定

3 地域の設定直後は、日時の設定画面が表示されます。
∧または∨を押して西暦を選択し、決定を押します。

4 ∧または∨を押して月を選択し、決定を押します。

5 ∧または∨を押して日を選択し、決定を押します。

6 ⌃または⌄を押して時を選択し、
決定を押します。

7 ⌃または⌄を押して分を選択し、
決定を押します。

設定した「地域」、「年」、「月」、「日」、「時刻」が表示されます。

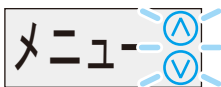
以上で音量、地域、日時の設定は終了です。

初めての日時設定が終了すると、自動的に個人データの登録に続きます。（☞ P.12）

> **MEMO**
> **電池を交換すると**
> 自動的に日時設定画面が表示されます。

> **MEMO**
> **音量・地域・日時の設定途中で間違えた場合**
> 切を押して、メニューを押してください。音量設定画面が表示されますので、最初から設定してください。

地域の変更・日時の変更をしたい場合

1 電源が入っていないことを確認し、
メニューを押します。

2 ⌃または⌄で「地域変更」または「日時変更」を選択し、
決定を押します。

3 P.10～P.11の手順1～7に従い、設定します。

> **MEMO**
> **オートパワーオフ**
> 電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源が切れます（表示が消えます）。
>
> ・操作を中断したまま約3分経過した場合
> ・測定途中で、本体から降りた場合

個人データを登録する（データ登録）

MEMO
表　示
本書に描かれている液晶表示はイメージです。

MEMO
案内ボタンとメニューボタン
案内 を押して音声が流れているときは、メニュー を押しても反応しません。電源が切れてから押してください。

MEMO
中　止
操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、切 を押してください。
中止した場合は、個人データは保存されません。

MEMO
生まれた年
・設定できる西暦は1900年からです。
・5才以下の方は設定できません。

MEMO
早送り
∨または∧を長押しすると数字が早送りされます。

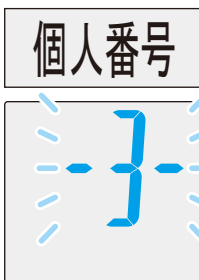
MEMO
登録途中で間違えた場合
切 を押して、メニュー を押してください。データ登録を選択し、最初から登録してください。

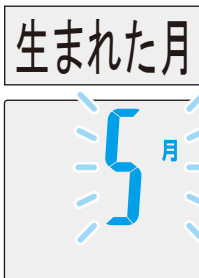
MEMO
登録してから間違いに気づいた場合
「個人データを変更する」(☞ P.20)をご覧ください。

個人データ（生年月日、性別、身長、体重、体組成）を登録すると乗るだけで測定者を識別します。また、個人別に測定データを保存でき、簡単に前回の測定値を確認できます。

1 初めて地域を設定した直後は、日時設定に続き個人データの登録画面が表示されます。

上記以外で個人データを登録する場合は、メニュー よりデータ登録を選択し、決定 を押します。

2 ∧または∨を押して登録する番号（1～4）を選択し、決定 を押します。

3 ∧または∨を押して生まれた年を選択し、決定 を押します。

4 ∧または∨を押して生まれた月を選択し、決定 を押します。

5 ∧または∨を押して生まれた日を選択し、決定 を押します。

6 ⌃または⌄を押して性別を選択し、決定を押します。

7 ⌃または⌄を押して身長を選択し、決定を押します。

MEMO
身　長
・90.0～220.0cmの範囲で設定できます。

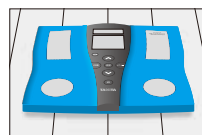
8 本機を床に置き、決定を押します。

登録した登録番号・年齢・性別・身長のあと、0.0kg が表示されます。

MEMO
床に置く
測定の際は、本機を硬く平らな安定したところに置いてください。体重・体組成の登録に誤差が生じる場合があります。

9 素足で正しく測定し、「シャラララン」と鳴ったら本機から降ります。

測定中は動かないようにしてください。
正しいはかりかた（☞ P.7）
この時点で、個人データが登録されます。

イメージ図

MEMO
ご注意
測定しない場合は個人データは保存されません。

測定結果が順番に表示された後、もう一度体重を表示し、約60秒後に自動で電源が切れます。

以上で個人データの登録は終了です。

「電池を入れる」から「個人データを登録する」までの初期設定の操作後のみ、続けて他の人の個人登録もできます。他の人の登録を行う場合は決定を、行わない場合は切を押します。

MEMO
オートパワーオフ
電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源が切れます（表示が消えます）。

・操作を中断したまま約3分経過した場合
・測定途中で、本体から降りた場合

乗るピタで測定する

MEMO
乗るピタで測定するには
個人データを登録してください。(☞ P.12)
登録しないと乗るピタでは測定できません。

MEMO
誤認識が続く場合
誤認識が続く場合は、登録番号を指定してから測定してください。（☞ P.17）

MEMO
表示された体重が、通常と明らかに違う場合
(切)を押して電源を切り、約5秒後に再度乗ってください。

MEMO
誤認識だった場合
P.15を参照してください。

乗るピタ（自動認識）機能とは?

乗るピタ機能は、登録者の中から測定者を認識し、結果を表示する機能です。個人を毎回指定する手間が省けますので、簡単に測定できます。

ご注意

乗るピタ機能は、以下のとき誤認識することがあります。
・体重、体型が近い人が測定したとき（☞ P.17）
・数日間測定せず体重の変動があったとき（☞ P.17）
・立てかけたり、持ち運んだり、本機の上にものを置いて保管した直後に測定したとき（☞ P.5）

1 電源が入っていないことを確認し、素足になり、本機に正しい姿勢で乗ります。

イメージ図

測定中は動かないようにしてください。
正しいはかりかた（☞ P.7）

電源が自動で入り、体重を表示します。

体組成を測定して、登録内容と照合します。

2 電子音が鳴ったら本機から降ります。

認識された個人データと測定結果が表示されます。

個人データ表示後、測定結果をスクロール表示します。最後に体重表示に戻り、約60秒後に自動で電源が切れます。

●体重から自動で表示が切り替わります。

●↑ ↓ → は前回測定した値との比較を示しています。

●測定結果表示中に(∧)または(∨)を押すと、項目を切り替えることができます。

1
2
3
判定が表示される

4
判定が表示される

5
6
判定が表示される

7
判定が表示される

8
判定が表示される

●(メニュー)より前回値を選択すると、前回値を見ることができます。(☞P.16)

〈誤認識だった場合〉

※誤認識とは?
例)個人番号3で登録しているのに、個人番号1が表示されてしまう。

測定結果表示中に(メニュー)を押して番号修正を選択し、(決定)を押します。

番号修正

自分の個人番号を選択し、(決定)を押します。

選択した個人データが表示された後、測定結果が表示されます。

MEMO

Err%表示

体脂肪率の測定範囲を超えると、Err%(エラー) が表示されます。

MEMO

17才以下の方

17才以下の場合は体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、推定骨量のみが表示されます。

MEMO

中　止

操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、(切)を押してください。

MEMO

ご注意

測定後、降りてから約3秒間は、本機を動かさないでください。操作する場合は、転倒防止のため、必ず本機から降りてください。

MEMO

音声案内

測定項目や測定値は音声では読み上げません。

MEMO

誤認識しやすい場合

- 体重、体型の近い人が測定したとき
- 数日間測定せず、体重に変動があったとき
- 立てかけたり、持ち運んだり、本機の上にものを置いて保管した直後に測定したとき（☞P.5）

※誤認識が続く場合は登録番号を指定して測定してください。（☞P.17）

MEMO

オートパワーオフ

電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源が切れます(表示が消えます)。

・操作を中断したまま約3分経過した場合

・測定結果が表示されたまま、約60秒経過した場合

前回の値を見る

個人データを登録して測定した場合に前回の測定値を確認できます。

〈測定後に前回値を見る〉

1 体組成をはかります。

乗るピタで測定する（☞ P.14）

2 測定結果表示中に(メニュー)を押して、前回値を選択し、(決定)を押します。

体重から順に前回値がスクロール表示されます。

(∧)または(∨)を押すと、測定項目を切り替えることができます。

(決定)を押すと、今回の測定値に戻ります。

〈測定せずに前回値を見る〉

1 電源が入っていないことを確認し、(メニュー)を押します。

2 (∧)または(∨)で前回値を選択し、(決定)を押します。

3 (∧)または(∨)で個人番号を選択します。

(決定)を押すと、前回の測定値が順に表示されます。

(∧)または(∨)を押すと、項目を切り替えることができます。

MEMO

ご注意

転倒防止のため、必ず本機から降りて操作してください。

MEMO

中　止

操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、(切)を押してください。

MEMO

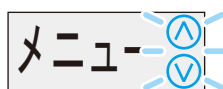
オートパワーオフ

電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源が切れます（表示が消えます）。

・操作を中断したまま約3分経過した場合
・測定結果が表示されたまま、約60秒経過した場合

個人番号を指定して測定する（呼出測定）

自動認識機能を使わずに、自分の個人番号を指定して測定できます。誤認識が続く場合などにお使いください。
硬く平らな安定した所でご使用ください。

1 電源が入っていないことを確認し、メニューを押します。

∧または∨で呼出測定を選択し、決定を押します。

2 ∧または∨で個人番号を選択し、決定を押します。

登録内容表示後、0.0kgが表示されます。

3 素足で正しく乗ります。

測定中は動かないようにしてください。

正しいはかりかた（☞ P.7）

イメージ図

4 電子音が鳴ったら本機から降ります。

測定結果を順に表示します。

測定結果（☞ P.15）

MEMO
ご注意
転倒防止のため、必ず本機から降りて操作してください。

MEMO
0.0kgが表示される前に本機に乗ると
Errまたは-0Lが表示されたり、測定途中で電源が切れたりします。

MEMO
中　止
操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、切を押してください。

MEMO
前回値
前回値を見たい場合はメニューから前回値を選択し、決定を押してください。

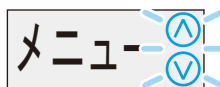
MEMO
オートパワーオフ
電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源が切れます（表示が消えます）。

- 操作を中断したまま約3分経過した場合
- 測定途中で、本体から降りた場合
- 測定結果が表示されたまま、約60秒経過した場合

登録せずに測定する（ゲスト測定）

ゲスト測定

個人データや測定結果を残さず、1回のみ測定する場合に便利です。

1 電源が入っていないことを確認し、(メニュー)を押します。

2 (∧)または(∨)でゲスト測定を選択し、(決定)を押します。

ゲスト測定

3 (∧)または(∨)で年齢を選択し、(決定)を押します。

4 (∧)または(∨)で性別を選択し、(決定)を押します。

性別：

5 (∧)または(∨)で身長を選択し、(決定)を押します。

本機を床に置き、(決定)を押します。

年齢、性別、身長が表示された後、0.0kgが表示されます。

乗る

MEMO
中　止
操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、(切)を押してください。

MEMO
年　齢
年齢は６～99才の範囲で設定できます。

MEMO
ゲスト測定での前回値
ゲスト測定では、前回値を見ることはできません。

MEMO
身　長
・90.0～220.0cmの範囲で設定できます。

MEMO
オートパワーオフ
電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源が切れます（表示が消えます）。

・操作を中断したまま約3分経過した場合
・測定結果が表示されたまま、約60秒経過した場合

体重だけをはかる

6 素足で正しく乗ります。

測定中は動かないようにしてください。

正しいはかりかた（☞ P.7）

イメージ図

電子音が鳴ったら本機から降ります。

測定結果を順に表示します。
測定結果（☞ P.15）

体重だけをはかる

1 電源が入っていないことを確認し、（体重）を押します。0.0kgを表示します。

2 正しい姿勢で乗ります。

電子音が鳴ったら本機から降ります。

正しいはかりかた（☞ P.7）

イメージ図

体重

体重が表示された後、約20秒後に自動で電源が切れます。

MEMO
0.0kgが表示される前に本機に乗ると
Errまたは-0.0が表示されたり、測定途中で電源が切れたりします。

MEMO
Err%表示
体脂肪率の測定範囲を超えると、Err%（エラー） が表示されます。

MEMO
17才以下の方
17才以下の場合は体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、推定骨量のみが表示されます。

MEMO
中　止
操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、（切）を押してください。

個人データを変更する

MEMO

個人データを変更する場合

個人データを変更するときは、本機を硬く平らな安定したところに置いてください。体重・体組成の登録に誤差が生じる場合があります。

MEMO

前回の測定値

身長を変更した場合は消去されません。生年月日、性別を変更した場合は消去されます。

MEMO

「変更しない」を選択すると

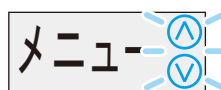
データは上書きされません。

MEMO

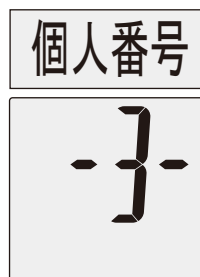
中　止

操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、(切)を押してください。

1 電源が入っていないことを確認し、(メニュー)を押します。

メニュー

2 (∧)または(∨)でデータ登録を選択し、(決定)を押します。

データ登録

3 (∧)または(∨)で変更したい個人番号を選択し、(決定)を押します。

4 P. 12の手順3～7に従い、個人データを変更します。

身長のみを変更した場合、ここでデータの変更は終了です。

身長

5 **生年月日／性別を変更した場合**

変更しないと表示されます。

(∧)または(∨)で変更するを選択し、(決定)を押します。

変更しない

変更する

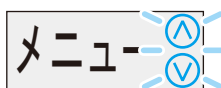
6 本機を床に置きます。

床に置く

7 P.13の手順8～9に従い、測定します。

以上で個人データの変更は終了です。

個人データを消去する（データ消去）

1 電源が入っていないことを確認し、メニュー を押します。

2 ∧または∨でデータ消去を選択し、決定 を押します。

データ消去

3 ∧または∨で消去したい個人番号を選択し、決定 を押します。

個人データが表示されます。

個人番号

4 消去しないが表示されます。

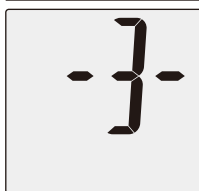
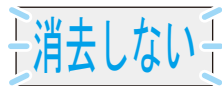
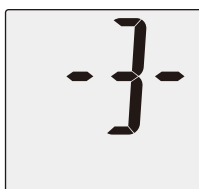
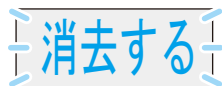
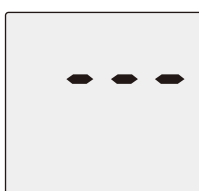
消去しない

∧または∨で消去するを選択し、決定 を押します。

消去する

5 消去完了が表示されます。

消去完了

- - -

以上で個人データの消去は終了です。

音量の変更をしたい場合

1 電源が入っていないことを確認し、メニュー を押します。

2 ∧または∨で「音量変更」を選択し、決定 を押します。
P. 9の手順1～2に従い、設定します。

MEMO
前回の測定値
個人データを消去した場合は、前回の値も消去されます。

MEMO
中　止
操作を中止したいときや、電源を切りたいときは、切 を押してください。

MEMO
「消去しない」を選択すると
個人データと前回の測定値は消去されません。

MEMO
オートパワーオフ
電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源が切れます（表示が消えます）。

・操作を中断したまま約3分経過した場合

体の豆知識

体組成とは

カラダを構成する組成分で、脂肪·筋肉·骨·水分などがあります。脂肪が多すぎる、筋肉が少なすぎる、などの体組成の乱れは生活習慣病や体調の乱れにもつながります。体組成を意識することは健康的な生活に役立ちます。

■体組成測定のしくみ

カラダの中では「脂肪はほとんど電気を通さないが、筋肉や水分は電気を通しやすい」・・・というようにそれぞれの組織・成分によって電気の通り易さが異なります。このため、電気抵抗をBIA法(Bioelectrical Impedance Analysis)(バイオエレクトリカル インピーダンス アナリシス)によってはかることで体組成を推測することができます。タニタではリアクタンステクノロジーを家庭用機器に取り入れることに成功、従来のBIA法を更に進化させ精度を高めました。

新技術
リアクタンステクノロジー採用

+Reactance® Technology

タニタは最新のリアクタンス技術を研究開発し、細胞内液と外液のバランスを測定することにより、体内水分の移動などによる日内変動を低減させ、更に正確な測定を可能にしました。

BMI とは

「Body Mass Index」の略で、カラダの大きさを表す指数です。国際的にも広く普及しカラダの中に占める脂肪量との相関が高いことから日本肥満学会が肥満の判定基準の統一を目指し提言しています。BMI は体重（キログラム）を身長（メートル）の二乗で割った値です。

BMI= 体重 (kg) ÷ 身長 (m)^2

	やせ	普通	肥満度1	肥満度2以上
BMI値	18.5未満	18.5以上25未満	25以上30未満	30以上

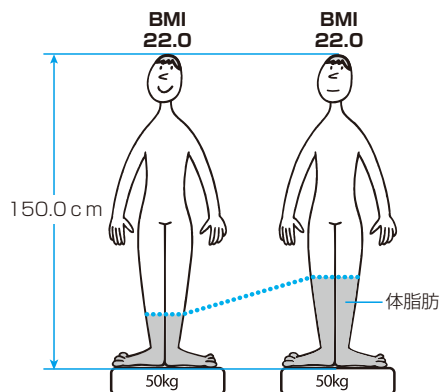
※ BMI による判定は成人を対象にしています。
※ 日本肥満学会（2000 年）の基準を採用しています。

疾病率が最も少ない、理想的な BMI 値は「22」とされています。
このことから、あなたの身長に対する理想的な体重は次の式で求めることができます。

理想体重 (kg) =22.0× 身長 (m)^2

■BMI だけではわからない“かくれ肥満”

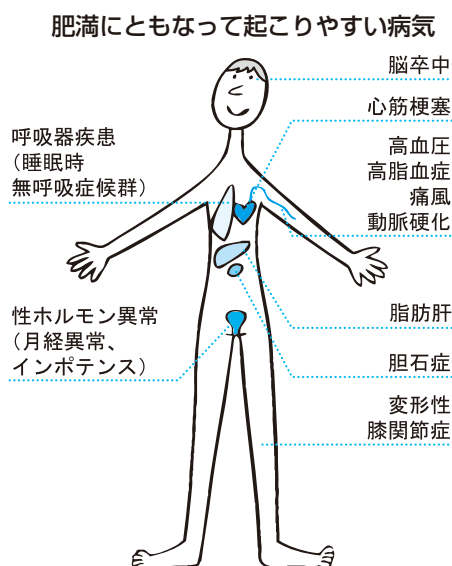
BMI は、身長と体重から求める値で、簡単に肥満度を知る目安になりますが、体重は標準でも、実は脂肪が多い“かくれ肥満”も存在します。同じ身長、同じ体重の A さん、B さんは同じ BMI になりますが、体脂肪率で判定すると二人の結果が異なることがあります。

体重の変化と同時に、筋肉質なのか、脂肪が多いのかをチェックすることが大切です。

体脂肪率とは

カラダに占める脂肪の割合です。
体脂肪は活動エネルギー源になるだけでなく、体温を保つ、外的衝撃から体を守る、皮膚に潤いを与える、滑らかなボディーラインを形作る、正常なホルモンの働きを保つなどの役割があります。しかし、体脂肪率が高すぎると高脂血症、高血圧、糖尿病などの生活習慣病の原因になります。子供の肥満も成人と同様に高脂血症、高血圧、糖尿病といったさまざまな健康障害を引き起こす可能性があります。また、子供の肥満の多くが成人肥満へ移行するという報告もあります。子供のうちから適切な体脂肪率の維持を心がけましょう。

■成長期の無理なダイエットはやめましょう。

子供は大人と違い、身長、体重、筋肉、骨といった体組成がダイナミックに成長する大切な時期です。その時期に欠食や、極端な食事制限などの無理なダイエットを行うと、必要な脂肪、筋肉、骨が増えていきません。脂肪が少ないと女性ホルモンの分泌に異常が起こり月経がとまってしまうこともあります。自分自身のカラダを知り、栄養バランスの取れた食事、適度な運動といった規則正しい生活習慣を身につけることが大切です。

肥満にともなって起こりやすい病気

内臓脂肪とは

注）17才以下の方は表示されません。

腹腔内の内臓のすき間に付く脂肪で、皮下脂肪よりも生活習慣病の起因と言われています。そのため、内臓脂肪の状態をチェックすることは、生活習慣病を予防する上で大切な目安となります。

■内臓脂肪レベルの判定基準

※対象年齢：18才～99才

レベル		判定の捉えかた
9.5 以下	標準	内臓脂肪蓄積のリスクは低いです。これからもバランスのよい食事や、適度な運動を維持しましょう。
10.0 ～ 14.5	やや過剰	適度な運動を心がけ、カロリー制限を行い、標準レベルを目指しましょう。
15.0 以上	過剰	積極的な運動や食事制限による減量が必要です。医学的な診断については医師にご相談ください。

■測定した内臓脂肪レベルについて

- 内臓脂肪蓄積のリスクを統計的に評価したものです。
- 体脂肪率が低い方でも、内臓脂肪レベルが高い場合もあります。
- 医学的診断については、医師にご相談ください。

体の豆知識（つづき）

体脂肪率判定表

詳しい分析が可能な「DXA法（二重X線吸収法）」を基準に採用し、性別と年齢ごとに細分化された新判定法で毎日の健康チェックをサポートします。DXA法は体組成分析として精度良く身体の中を細分化測定できる方法として、近年医学界で主流となっています。タニタはさらに質の高い健康管理を提案するためにこのDXA法を導入し、体組成分析の基準法として採用しました。妊娠中や人工透析中の方、またはむくみ症状がある方は、参考値として変化の推移を見られることをおすすめします。

男性（体脂肪率 %）

年齢	やせ	−標準	＋標準	軽肥満	肥満
6才	1〜6	7〜15	16〜24	25〜29	30〜45
7才	1〜6	7〜15	16〜24	25〜29	30〜45
8才	1〜6	7〜15	16〜25	26〜29	30〜45
9才	1〜6	7〜15	16〜25	26〜29	30〜45
10才	1〜6	7〜15	16〜25	26〜29	30〜45
11才	1〜6	7〜15	16〜25	26〜29	30〜45
12才	1〜6	7〜15	16〜24	25〜29	30〜45
13才	1〜6	7〜15	16〜24	25〜29	30〜45
14才	1〜6	7〜14	15〜24	25〜28	29〜45
15才	1〜7	8〜14	15〜23	24〜28	29〜45
16才	1〜7	8〜15	16〜23	24〜27	28〜45
17才	1〜8	9〜15	16〜22	23〜27	28〜45
18〜39才	1〜10	11〜16	17〜21	22〜26	27〜45
40〜59才	1〜11	12〜17	18〜22	23〜27	28〜45
60才〜	1〜13	14〜19	20〜24	25〜29	30〜45

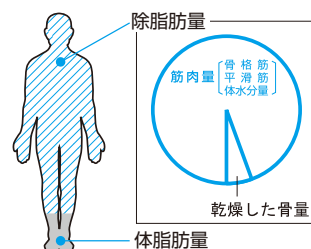
女性（体脂肪率 %）

年齢	やせ	−標準	＋標準	軽肥満	肥満
6才	1〜7	8〜15	16〜24	25〜28	29〜45
7才	1〜8	9〜16	17〜24	25〜29	30〜45
8才	1〜9	10〜17	18〜25	26〜30	31〜45
9才	1〜9	10〜18	19〜27	28〜31	32〜45
10才	1〜10	11〜19	20〜28	29〜32	33〜45
11才	1〜12	13〜21	22〜30	31〜34	35〜45
12才	1〜13	14〜22	23〜31	32〜35	36〜45
13才	1〜14	15〜24	25〜33	34〜37	38〜45
14才	1〜16	17〜25	26〜34	35〜38	39〜45
15才	1〜17	18〜26	27〜35	36〜39	40〜45
16才	1〜18	19〜27	28〜36	37〜40	41〜45
17才	1〜19	20〜27	28〜36	37〜40	41〜45
18〜39才	1〜20	21〜27	28〜34	35〜39	40〜45
40〜59才	1〜21	22〜28	29〜35	36〜40	41〜45
60才〜	1〜22	23〜29	30〜36	37〜41	42〜45

□やせ　□−標準　□＋標準　□軽肥満　■肥満

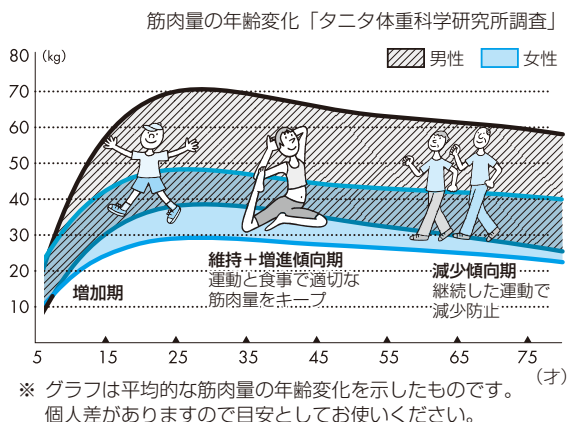
※ WHOと日本肥満学会の肥満判定に基づき、DXA法（二重X線吸収法）によって作成しました。
※ 小児の判定基準は日本肥満学会小児肥満症マニュアル作成委員会の肥満判定に基づき、DXA 基準の体脂肪率より作成しました。

筋肉とは

姿勢を保ったり、心臓を動かしたりしている組織です。筋肉には体温を保ったり、カラダを動かしたりするためのエネルギーを作る工場という大切な役割もあります。本機で表示される筋肉量は、骨格筋、平滑筋（内臓など）と水分量を含んだ値です。

■筋肉量は、年齢や性別によって異なります。

筋肉量は、統計的に見ると成長とともに20才ごろまで増加し、その後、維持期を経て徐々に減少する傾向があります。成長期は筋肉量が急激に増加する大切な時期です。バランスのとれた食事と身体活動量をふやすようにしましょう。健常な成人においては筋肉量が減るとエネルギー消費も減るため、脂肪が蓄積されやすくなり、生活習慣病などの原因にもなります。中高年以降も、日常生活の中に適度な運動を取り入れ、継続し、筋肉量の減少を防止するよう心がけましょう。

筋肉量の年齢変化「タニタ体重科学研究所調査」

※ グラフは平均的な筋肉量の年齢変化を示したものです。
個人差がありますので目安としてお使いください。

18才以上の方を対象に、筋肉量を判定します。筋肉量判定は、身長に対してどのくらい筋肉量があるか計算し区分したものです。この筋肉量の判定と体脂肪率判定から体型判定が行えます。

体脂肪率と筋肉量による体型判定

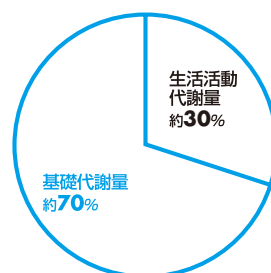
体脂肪率判定 ＼ 筋肉量判定	少ない	標準(平均的)	多い
肥満 軽肥満	かくれ肥満型	肥満型	かた太り型
＋標準 －標準	運動不足型	標準	筋肉質
やせ	やせ型	細身筋肉質	筋肉質

※ 筋肉量判定は、筋肉質かどうかの判定とは異なります。

基礎代謝（BM ＝ basal metabolism）とは　注）17才以下の方は表示されません。

さまざまな生命活動（呼吸をする、心臓を動かす、体温を保つetc.）のために常に使っているエネルギー。つまり、「生きていくために最低限必要なエネルギー」のことで、肉体的・精神的に安静であるときに、呼吸器・循環器系や神経系、肝臓や腎臓などの臓器がわずかに活動している状態と考えられています。1日の総消費エネルギー量は、この基礎代謝量と生活活動代謝量（日常の家事などを含む活動）を足したものになり、このうち基礎代謝によって消費されるエネルギーは約70パーセントにものぼります。

1日の総消費エネルギー量の内訳

参考／厚生労働省策定　「日本人の食事摂取基準（2010年度版）」より

体の豆知識（つづき）

■基礎代謝は、エネルギーの消費が多い筋肉量によって決まります。

脂肪を除いた体組織中で基礎代謝のエネルギー消費が最も多いのが骨格筋です。基礎代謝はその人の筋肉の量によって大きく左右されると考えてよいでしょう。そのため、同じ体重でも脂肪が少なく筋肉が多い人の方が基礎代謝が高くなり、消費するエネルギーも多くなります。筋肉を鍛えることが基礎代謝を上げることになるのです。また、一般に筋肉の量が多く、基礎代謝が高い人ほど太りにくい傾向にあります。

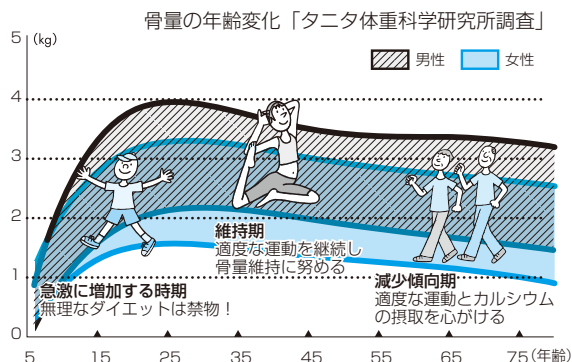
18才以上の方を対象に、基礎代謝量を判定します。基礎代謝量は、個人の身体的条件（太っている、痩せている、筋肉質等）、年齢、性別によって異なります。そのため、体重1kgあたりで消費する基礎代謝量を算出し、あなたの年代の平均的な値と比較して「少ない－標準（平均的）－多い」を区分します。

骨量とは

骨全体に含まれるミネラル（カルシウムなど）の量を意味します。正しくは「骨塩量」といいますが、タニタでは親しみやすいように一般的に用いられている「骨量」と言う表示をしています。骨はなにも変化しないように見えますが実は活発な新陳代謝をくり返しています。そしてカラダが必要とするカルシウムを供給したり、常に新しい骨をつくりだしたりしているのです。骨は筋肉との関係が強い組織です。やせ過ぎや運動不足は骨量減少につながります。適度な運動と食事によって筋肉と骨を一緒に維持・増進しましょう。

■骨量は、成長期に蓄える。それを維持する。

骨量は筋肉量と同様、成長とともに増え、特に思春期ごろ急激に増加し、20才ごろにピークを迎え、その後、維持期を経て、徐々に減少する傾向にあります。骨量が増加する成長期に、十分に骨量を増やし、最大骨量を高めておくことが大切です。成長期に無理なダイエットを行うと、十分な骨量が蓄えられず、将来、すかすかな骨になってしまう危険があります。成長期以降もカルシウム摂取を心がけ、適度な日光浴や継続した運動を行い骨量の維持に努めましょう。

骨量の年齢変化「タニタ体重科学研究所調査」

※ グラフは平均的な骨量の年齢変化を示したものです。
個人差がありますので目安としてお使いください。

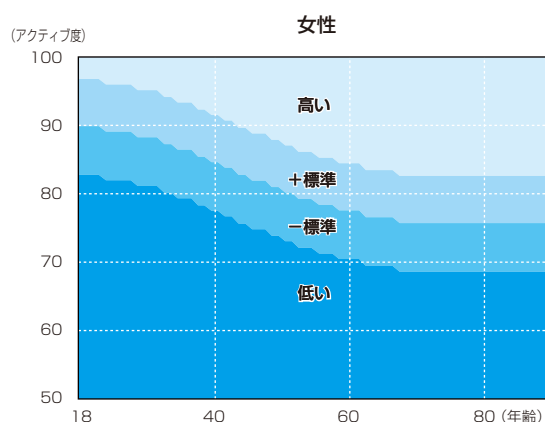
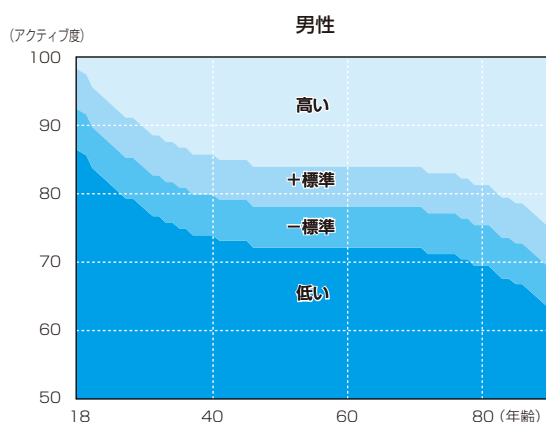
■20 才～ 40 才の「推定骨量」のめやす

	男性			女性		
体重	60kg 未満	60 ～ 75kg 未満	75kg 以上	45kg 未満	45 ～ 60kg 未満	60kg 以上
推定骨量平均値	2.5kg	2.9kg	3.2kg	1.8kg	2.2kg	2.5kg

※ 下記の方は正しい値が出ない可能性がありますので、あくまでも参考値としてみてください。
- 骨密度の低い骨粗しょう症の方
- 性ホルモンの投与を受けている方
- 高齢者、更年期もしくは閉経した方
- 妊娠中、授乳中の方

※「推定骨量」は、除脂肪量（脂肪以外の組織）との相関関係をもとに統計的に推定した値です。本機で表示される「推定骨量」は「骨密度」とは異なり、骨の硬さ・強さ・骨折の危険性を直接推定するものではありません。骨に関してご心配な方は、専門の先生にご相談されることをおすすめします。

アクティブ度

私たちのカラダは、加齢と共に変化します。その中で問題となることの1つに、脚の筋肉が衰えることが挙げられます。脚の筋肉量は、特別な運動習慣などがなければ、加齢に伴い減少する傾向にあると言われています。筋肉量が減少すると身体を支えることができなくなるため、歩く速度が低下して日常生活に支障をきたしたり、足元がふらついて転倒したりしてしまいます。アクティブ度とは体重に占める脚の筋肉量の割合を指標化したものです。まずは、年齢標準以上の結果を、さらにはより高い値を目指して頑張りましょう。

西暦早見表

西暦早見表 2014年(平成26年)版

年号	西暦	年齢	干支
平成26	2014年	0歳	午
25	2013年	1歳	巳
24	2012年	2歳	辰
23	2011年	3歳	卯
22	2010年	4歳	寅
21	2009年	5歳	丑
20	2008年	6歳	子
19	2007年	7歳	亥
18	2006年	8歳	戌
17	2005年	9歳	酉
16	2004年	10歳	申
15	2003年	11歳	未
14	2002年	12歳	午
13	2001年	13歳	巳
12	2000年	14歳	辰
11	1999年	15歳	卯

年号	西暦	年齢	干支
10	1998年	16歳	寅
9	1997年	17歳	丑
8	1996年	18歳	子
7	1995年	19歳	亥
6	1994年	20歳	戌
5	1993年	21歳	酉
4	1992年	22歳	申
3	1991年	23歳	未
2	1990年	24歳	午
1/昭和 64	1989年	25歳	巳
63	1988年	26歳	辰
62	1987年	27歳	卯
61	1986年	28歳	寅
60	1985年	29歳	丑
59	1984年	30歳	子
58	1983年	31歳	亥

年号	西暦	年齢	干支
57	1982年	32歳	戌
56	1981年	33歳	酉
55	1980年	34歳	申
54	1979年	35歳	未
53	1978年	36歳	午
52	1977年	37歳	巳
51	1976年	38歳	辰
50	1975年	39歳	卯
49	1974年	40歳	寅
48	1973年	41歳	丑
47	1972年	42歳	子
46	1971年	43歳	亥
45	1970年	44歳	戌
44	1969年	45歳	酉
43	1968年	46歳	申
42	1967年	47歳	未

年号	西暦	年齢	干支	出来事
昭和41	1966年	48歳	午	ビートルズ来日
40	1965年	49歳	巳	『君といつまでも』発売
39	1964年	50歳	辰	東京オリンピック開催
38	1963年	51歳	卯	ケネディ大統領暗殺
37	1962年	52歳	寅	堀江謙一、小型ヨットで世界初の太平洋横断に成功
36	1961年	53歳	丑	ベルリンの壁建設される
35	1960年	54歳	子	カラーテレビ本放送開始
34	1959年	55歳	亥	伊勢湾台風上陸
33	1958年	56歳	戌	東京タワー完成
32	1957年	57歳	酉	旧ソ連が世界初の人工衛星「スプートニク1号」打ち上げ成功
31	1956年	58歳	申	『理由なき反抗』日本で公開
30	1955年	59歳	未	初のアルミ硬貨「1円」発行
29	1954年	60歳	午	日本航空が初の国際線、東京・サンフランシスコ線を開業
28	1953年	61歳	巳	『ライムライト』日本で公開
27	1952年	62歳	辰	『鉄腕アトム』連載開始
26	1951年	63歳	卯	『羅生門』ベネチア国際映画祭で日本映画初の金獅子賞獲得
25	1950年	64歳	寅	『ピーナッツ』連載開始
24	1949年	65歳	丑	湯川博士、ノーベル物理学賞受賞
23	1948年	66歳	子	ポラロイド・ランド・カメラ発売
22	1947年	67歳	亥	日本国憲法施行
21	1946年	68歳	戌	新ラジオ体操始まる
20	1945年	69歳	酉	第2次世界大戦終戦
19	1944年	70歳	申	東条内閣総辞職
18	1943年	71歳	未	『星の王子様』アメリカで出版
17	1942年	72歳	午	『アンネの日記』書き始められる
16	1941年	73歳	巳	太平洋戦争勃発

年号	西暦	年齢	干支	出来事
15	1940年	74歳	辰	ラスコーの洞窟で壁画発見
14	1939年	75歳	卯	第２次世界大戦勃発
13	1938年	76歳	寅	『モダンタイムス』日本で公開
12	1937年	77歳	丑	ピカソ「ゲルニカ」を完成
11	1936年	78歳	子	警視庁、赤バイから白バイへ
10	1935年	79歳	亥	東京市中央卸売市場開場
9	1934年	80歳	戌	室戸台風
8	1933年	81歳	酉	日本、国際連盟脱退
7	1932年	82歳	申	ロサンゼルス オリンピック
6	1931年	83歳	未	満州事変
5	1930年	84歳	午	聖徳太子の100円札発行
4	1929年	85歳	巳	世界大恐慌
3	1928年	86歳	辰	「キリンレモン」発売
2	1927年	87歳	卯	リンドバーク、初の単独大西洋無着陸横断飛行
1/大正15	1926年	88歳	寅	明治ミルクチョコレート発売
14	1925年	89歳	丑	普通選挙法成立
13	1924年	90歳	子	「クリネックス・ティシュ」発売
12	1923年	91歳	亥	関東大震災
11	1922年	92歳	戌	「平和記念東京博覧会」開催
10	1921年	93歳	酉	アインシュタイン、ノーベル物理学賞受賞
9	1920年	94歳	申	日本初の国勢調査実施
8	1919年	95歳	未	ヴェルサイユ条約締結
7	1918年	96歳	午	スペイン風邪大流行
6	1917年	97歳	巳	寺内内閣、金本位制の停止
5	1916年	98歳	辰	アインシュタイン「一般相対性理論」完成
4	1915年	99歳	卯	ウェゲナー『大陸と海洋の起源』出版

故障かなと思ったら

「故障かな？」と思ったら、修理をご依頼される前に、次のことをご確認ください。

測る前（設定時）

症　状	チェックポイント	解決ページ
電池を入れても、 何も表示されない	□電池がはずれていませんか?消耗していませんか? 電池接点にゴミなどがついていませんか?	9
電池を入れると、音量設定が始まる。	□初めて電池を入れると、音量→地域→日時→個人データの登録画面が順に表示されます。音量･地域･日時の3つを設定しないとメニューボタンからの操作や個人データの登録などができません。	9～13
案内を押しても音声が出ない。	□音量が「なし」になっていませんか?(音声が出ないシーンがあります)	21
「Lo」が表示される	□電池の向きを確認し、正しく入れてください。 □電池が消耗しています。速やかに交換してください。	9
文字などが表示されたあと、 すぐ表示が消える	□電池が消耗しています。速やかに交換してください。 (電池の残量によっては「Lo」を表示しない場合があります)	
電池を交換すると 日時設定画面が表示される	□体重と体組成をはかるには、日時の設定が必要です。 日時を設定してください。	10･11

測っているとき

症　状	チェックポイント	解決ページ
本機に乗っても何も表示されない	□立てかけたり上にものを置いた状態で保管していませんか? □設置場所から移動させて測定していませんか?	5
	□測定中に動いていませんか? □足の裏が、汚れていませんか? □靴下などを履いたまま測定していませんか?	7
測定中に「Err」(エラー)が表示される	□測定中に動いていませんか?　□足の裏が汚れていませんか? □靴下などを履いたまま、測定していませんか?	7
測定途中に、 電源が切れる(表示が消える)	□「00kg」が表示される前に乗っていませんか?	17･19
測定した値の音声が出ない	□測定項目、測定値は読み上げません。	15
測定中に「OL」が表示される	□最大計量(ひょう量)150kgを超えています。(この場合は測定不可)	31
測定中に「ー○.○kg」が表示される 測定中に「-OL」が表示される	□「00kg」が表示される前に乗っていませんか?	17 19
測定後、体組成表示で 「Err」(エラー)が表示される	□個人データの設定内容が間違っていませんか?	12
	□他の人の登録番号を選択していませんか?	17
	□各測定項目が測定範囲を超えています。(この場合は測定不可)	31
表示された体重が 明らかに違っている	□立てかけたり、上にものを置いた状態で保管していませんか? □設置場所から移動させて測定していませんか?	5
「ErrA」が表示される	□硬く、平らな安定したところで測定してください。	5
	□個人データの登録を行いましたか?	12
	□急激な体重増減がありましたか?その場合、一度、登録番号を指定して測定してください。	17
「Errb」が表示される	□電波を発する家電製品を近くで使用していませんか?	4
	□立てかけたり、上にものを置いた状態で保管していませんか? □設置場所から移動させて測定していませんか?	5
	□測定後、降りてすぐに本機を動かしていませんか?	15
測定後に、体脂肪率が5%と表示される	□5%以下の体脂肪率は、測定できません。(5%と表示されます)	31
自動認識で測定したら、 違う人の登録番号が表示された	□体重や体の電気抵抗値が似た人が複数登録していると、誤認識する場合があります。	14
体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、 推定骨量しか表示されない	□6～17才の方は、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、推定骨量以外は表示されません。	31
個人データを設定しても、 体組成を測定できない	□個人データの登録が完了していません。個人データを入力後、一度測定をする必要があります。	12･13

• その他上記以外の不明な表示が出た場合、弊社お客様サービス相談室（0120-133821）にお問い合わせください。

健康管理シート

毎日決まった時間に同じ条件で測定して記録しましょう。この用紙をコピーしたものに測定値を記入して長期的な健康管理にご活用ください。
記入方法はＨＰ をご覧ください。株式会社タニタトップページ→ユーザーサポート→製品関連ダウンロード→健康管理シート〈http://www.tanita.co.jp/support/healthymanagedsheet.html〉

名前：　　　　今月の目標：　　　　測定時間：　　時　　分頃

月／日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
測定項目を記入してください																															
体調																															
メモ																															
月／日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

今月の反省

来月の目標

◆体調　○：よい　△：ふつう　×：わるい

仕様

<table>
<tr><td colspan="2">型　　式</td><td colspan="2">BC-252</td></tr>
<tr><td colspan="2">最大計量（ひょう量）</td><td colspan="2">150kg</td></tr>
<tr><td colspan="2">最小表示（目量）</td><td colspan="2">0 ～ 100kg 迄 100g 単位、100 ～ 150kg 迄 200g 単位</td></tr>
<tr><td colspan="2">体脂肪率</td><td>5.0% ～ 75.0%　　0.1%単位</td><td rowspan="5">対象年齢
6 才～ 99 才</td></tr>
<tr><td colspan="2">体脂肪率判定</td><td>やせ／－標準／＋標準／軽肥満／肥満</td></tr>
<tr><td colspan="2">BMI</td><td>0.1 単位</td></tr>
<tr><td colspan="2">推定骨量</td><td>100g 単位</td></tr>
<tr><td colspan="2">筋肉量</td><td>0 ～ 100kg 迄 100g 単位　100kg 以上 200g 単位</td></tr>
<tr><td colspan="2">筋肉量判定</td><td>少ない／標準／多い</td><td rowspan="5">対象年齢
18 才～ 99 才</td></tr>
<tr><td colspan="2">内臓脂肪レベル</td><td>1.0 ～ 59.0 レベル　0.5 レベル単位</td></tr>
<tr><td colspan="2">内臓脂肪レベル判定</td><td>標準／やや過剰／過剰</td></tr>
<tr><td colspan="2">基礎代謝量</td><td>1kcal ／日単位</td></tr>
<tr><td colspan="2">基礎代謝量判定</td><td>少ない／標準／多い</td></tr>
<tr><td colspan="2">アクティブ度</td><td>50～100　1単位</td><td rowspan="2">対象年齢
18 才～ 90 才</td></tr>
<tr><td colspan="2">アクティブ度判定</td><td>低い／－標準／+標準／高い</td></tr>
<tr><td colspan="2">過去データ</td><td colspan="2">前回値</td></tr>
<tr><td colspan="2">音　　量</td><td colspan="2">4 段階・なし</td></tr>
<tr><td rowspan="6">設定
項目</td><td>地　　域</td><td colspan="2">9 区分</td></tr>
<tr><td>日　　時</td><td colspan="2">2012 年 1 月 1 日 0:00 ～ 2050 年 12 月 31 日 23:59</td></tr>
<tr><td>個人番号</td><td colspan="2">1～4</td></tr>
<tr><td>生年月日</td><td colspan="2">1900 年 1 月 1 日～ (6 才以上)</td></tr>
<tr><td>性　　別</td><td colspan="2">女性／男性</td></tr>
<tr><td>身　　長</td><td colspan="2">90.0 ～ 220.0cm（0.5cm 単位）</td></tr>
<tr><td colspan="2">時計精度</td><td colspan="2">平均月差　± 1 分以内（常温）</td></tr>
<tr><td colspan="2">電源</td><td colspan="2">DC6V 単3乾電池 x 4本　　アルカリ乾電池（LR6）を推奨します</td></tr>
<tr><td colspan="2">消費電流</td><td colspan="2">最大 400mA</td></tr>
<tr><td colspan="2">本体寸法</td><td colspan="2">D296 x W305 x H43mm</td></tr>
<tr><td colspan="2">質量</td><td colspan="2">約 1.3kg（乾電池含む）</td></tr>
</table>

※対象年齢以上の方は参考値としてご覧ください。

■ 体重精度の保証範囲

本機は、JIS（家庭用はかり）に定められた技術基準で製造し、厳重な検査のうえ出荷しております。なお、ご使用の場合、はかられた体重に対して下記の範囲まで精度を保証します。

100kg まではかる場合	± 200g
100kg をこえ 150kg まではかる場合	± 400g

ご家庭での測定が主な目的ですので、業務用（品物の売買取引やその他の目方を証明する場合）にはお使いになれません。

TANITA 保証書

お客様へ
本書は、無料修理規定により無料修理を行うことをお約束するものです。お買い上げの日から下記期間中故障が発生した場合は、本書をご提示の上、弊社お客様サービス相談室に修理をご依頼ください。
お客様の個人情報は、修理完了品の発送に使用させていただき、修理品とともにご返却いたします。この間、お客様の個人情報は第三者が不当に触れることのないよう、弊社規定に基づき責任を持って管理いたします。

販売店様へ
ご販売時に貴店にて、保証書の所定事項（お買い上げ日、販売店様欄に捺印）をご記入の上、お客様にお渡しください。

品　　名	体組成計		
保証期間	本　体　お買い上げ日より　1年	お買い上げ日	年　月　日
お客様	お名前		様
	ご住所 電　話　（　　）		
販売店	住所･店名 電　話　（　　）		㊞

無料修理規定

1、取扱説明書等の注意書きに従った正常な使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理をさせていただきます。
2、保証期間内に故障して無料修理をお受けになる場合には、弊社お客様サービス相談室に連絡の上、商品と保証書をお送りください。
3、ご贈答品等で本保証書に必要事項が記入していない場合には、弊社お客様サービス相談室へご相談ください。
4、保証期間内でも次の場合には、有料修理になります。
　イ、使用上の誤り及び不当な修理や改造による故障及び損傷
　ロ、お買い上げ後の落下等による故障及び損傷
　ハ、火災、地震、水害、落雷、ガス害、塩害その他の天災地変、公害や異常電圧による故障及び損傷
　ニ、一般家庭以外（例えば、業務用の長時間使用、船舶の搭載）に使用された場合の故障及び損傷
　ホ、保証書の提示がない場合
　へ、保証書にお買い上げ日の年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合
5、保証書は、日本国内においてのみ有効です。
6、保証書は、再発行致しませんので紛失しないように大切に保管してください。

修理メモ

※保証書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によって、お客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間後の修理についてご不明の場合は、弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

株式会社 タニタ　〒174-8630　東京都板橋区前野町1−14−2
お客様サービス相談室　フリーダイヤル 0120−133821

アフターサービスについて

1、保証書について
保証書は、必ず「販売店名、購入日」等の記入をお確かめになり、保証書内容をよくお読みいただき、大切に保管してください。
保証期間は、お買い上げ日より 1 年間です。

2、修理を依頼されるとき
●保証期間中は、弊社お客様サービス相談室へお電話にてご連絡の上、保証書を添えて本機をお送りください。お客様の個人情報は、修理完了品の発送に使用させていただき、修理品とともにご返却いたします。この間、お客様の個人情報は、第三者が不当に触れることのないように、当社規定に基づき責任を持って管理いたします。
●保証期間が過ぎているときは、弊社お客様サービス相談室にご相談ください。修理によって本機の機能が維持できる場合は、ご希望により有料修理させていただきます。

3、ご不明な点は弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

株式会社 タニタ

本社・東京営業所	〒174−8630	東京都板橋区前野町1−14−2	☎03 (3558) 8111 (代表)
大阪営業所	〒577−0013	東大阪市長田中1−3−15	☎06 (6784) 2811 (代表)
名古屋営業所	〒465−0072	名古屋市名東区牧の原2−707	☎052 (704) 2201 (代表)
福岡営業所	〒812−0882	福岡市博多区麦野4−2−6	☎092 (575) 5761 (代表)
北日本営業所	〒014−0113	秋田県大仙市堀見内字下田茂木添28−1	☎0187 (66) 2144 (代表)

ホームページアドレス　http://www.tanita.co.jp

お問い合わせ先
フリーダイヤル 0120-133821
受付時間 / 9：00〜18：00（土・日・祝祭日は除く）
お客様サービス相談室　〒174-8630 東京都板橋区前野町 1-14-2
タニタ　サービスセンター　〒014-0113 秋田県大仙市堀見内字下田茂木添 28-1

正 家庭用
経済省令適合マーク

BC2527601(1)-1401FA